



9. Cross Triathlon Friedrichroda
 99894 Friedrichroda / Thüringen / 11.07.2010

□□□□

Umbreit, Kathrin

□□□: 2:03:57

□□: Schuhmacher Umbreit

□□: 179

□□: 29.40 km

□□□□□/□□□: 108 (of 132)

Einzel Cross (0.4 / 23.0 / 6.0)

□□□□□/□: 11 (of 19)

□□□□□□: 1:35:38

□□□□:

□□□□□: 4(of 5)

Triathlon Frauen AK30

□□□□□□□: 1:43:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Schwimmen	0.40	9:32	23:49	2	0:19	8	3:13	0.40	9:32	23:49	6	0:19	20	
Rad	23.00	1:12:39	3:09	4	14:18	8	14:18	23.40	1:22:11	3:30	6	14:37	20	
Lauf	6.00	41:46	6:57	4	11:17	15	12:04	29.40	2:03:57	4:12	4	20:20	11	28:19